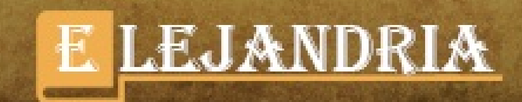
James Allen

Como un hombre piensa, así es su vida



Como un hombre piensa, así es su vida

James Allen

1903

Traducción: Elejandría

Contenido

Prólogo

Este pequeño volumen (el resultado de la meditación y la experiencia) no pretende ser un tratado exhaustivo sobre el tema, tan escrito, del poder del pensamiento. Es más bien sugestivo que explicativo, y su objetivo es estimular a los hombres y mujeres a descubrir y percibir la verdad de que...

"Ellos mismos son artífices de sí mismos"

en virtud de los pensamientos que eligen y fomentan; que la mente es la maestra tejedora, tanto de la vestimenta interior del carácter como de la vestimenta exterior de las circunstancias, y que, así como hasta ahora han tejido en la ignorancia y el dolor, ahora pueden tejer en la iluminación y la felicidad.

James Allen

Broad Park Avenue,

Ilfracombe,

Inglaterra.

Pensamiento y carácter

El aforismo: "Como un hombre piensa en su corazón, así es él", no sólo abarca todo el ser del hombre, sino que es tan amplio que alcanza a cada condición y circunstancia de su vida. Un hombre es literalmente lo que piensa, siendo su carácter la suma completa de todos sus pensamientos.

Como la planta brota de la semilla y no podría ser sin ella, así cada acto de un hombre brota de las semillas ocultas del pensamiento, y no podría haber aparecido sin ellas. Esto se aplica tanto a los actos llamados "espontáneos" y "no premeditados" como a los que se ejecutan deliberadamente.

El acto es la flor del pensamiento, y la alegría y el sufrimiento son sus frutos; así es como el hombre cosecha los frutos dulces y amargos de su propia labranza.

"El pensamiento en la mente nos ha hecho, Lo que somos

Por el pensamiento fue forjado y construido. Si la mente de un hombre

Tiene malos pensamientos, el dolor viene sobre él como viene

La rueda del buey detrás. . . .

. . Si uno aguanta

En la pureza del pensamiento, la alegría le sigue

como su propia sombra".

El hombre es un crecimiento por ley, y no una creación por artificio, y la causa y el efecto son tan absolutos e invariables en el reino oculto del pensamiento como en el mundo de las cosas visibles y

materiales. Un carácter noble y divino no es una cosa de favor o casualidad, sino que es el resultado natural de un esfuerzo continuado en el pensamiento correcto, el efecto de una asociación largamente acariciada con pensamientos divinos. Un carácter innoble y bestial, por el mismo proceso, es el resultado de albergar continuamente pensamientos rastreros.

El hombre se hace o se deshace por sí mismo; en el arsenal del pensamiento forja las armas con las que se destruye a sí mismo; también forja las herramientas con las que construye para sí mismo mansiones celestiales de alegría y fuerza y paz. Por la elección correcta y la aplicación verdadera del pensamiento, el hombre asciende a la Perfección Divina; por el abuso y la aplicación errónea del pensamiento, desciende al nivel de la bestia. Entre estos dos extremos se encuentran todos los grados del carácter, y el hombre es su hacedor y maestro.

De todas las hermosas verdades relativas al alma que han sido restauradas y sacadas a la luz en esta época, ninguna es más alegre o fructífera en cuanto a la promesa y la confianza divinas que ésta: que el hombre es el maestro del pensamiento, el moldeador del carácter y el creador y formador de la condición, el entorno y el destino.

Como ser de Poder, Inteligencia y Amor, y señor de sus propios pensamientos, el hombre tiene la clave de toda situación, y contiene en sí mismo esa agencia transformadora y regeneradora por la que puede hacer de sí mismo lo que quiera.

El hombre es siempre el amo, incluso en su estado más débil y abandonado; pero en su debilidad y degradación es el amo insensato que mal gobierna su "casa". Cuando comienza a reflexionar sobre su condición, y a buscar diligentemente la Ley

sobre la que se asienta su ser, se convierte entonces en el amo sabio, dirigiendo sus energías con inteligencia, y moldeando sus pensamientos hacia cuestiones fructíferas. Tal es el maestro consciente, y el hombre sólo puede llegar a serlo descubriendo dentro de sí mismo las leyes del pensamiento; descubrimiento que es totalmente una cuestión de aplicación, autoanálisis y experiencia.

Sólo con mucha búsqueda y extracción se obtienen el oro y los diamantes, y el hombre puede encontrar todas las verdades relacionadas con su ser si cava profundamente en la mina de su alma; Y que él es el hacedor de su carácter, el moldeador de su vida y el constructor de su destino, puede probarlo infaliblemente, si vigila, controla y altera sus pensamientos, rastreando sus efectos sobre sí mismo, sobre los demás y sobre su vida y circunstancias, vinculando causa y efecto mediante la práctica y la investigación pacientes, y utilizando todas sus experiencias, incluso las más triviales y cotidianas, como medio para obtener ese conocimiento de sí mismo que es Entendimiento, Sabiduría y Poder. En esta dirección, como en ninguna otra, es absoluta la ley de que "El que busca encuentra; y al que llama se le abrirá"; porque sólo por la paciencia, la práctica y la incesante importunidad puede un hombre entrar en la Puerta del Templo del Conocimiento.

Efecto del pensamiento sobre las circunstancias

La mente de un hombre puede ser comparada con un jardín, que puede ser cultivado inteligentemente o dejado en estado salvaje; pero tanto si se cultiva como si se descuida, debe producir y producirá. Si no se ponen en él semillas útiles, caerá en él una abundancia de malas hierbas inútiles, que seguirán produciendo su clase.

Al igual que un jardinero cultiva su parcela, manteniéndola libre de malas hierbas, y haciendo crecer las flores y los frutos que necesita, así un hombre puede cuidar el jardín de su mente, eliminando todos los pensamientos erróneos, inútiles e impuros, y cultivando hacia la perfección las flores y los frutos de los pensamientos correctos, útiles y puros. Siguiendo este proceso, el hombre descubre, tarde o temprano, que es el maestro jardinero de su alma, el director de su vida. También revela, dentro de sí mismo, las leyes del pensamiento, y comprende, con una precisión cada vez mayor, cómo las fuerzas del pensamiento y los elementos de la mente operan en la formación de su carácter, circunstancias y destino.

El pensamiento y el carácter son uno, y como el carácter sólo puede manifestarse y descubrirse a través del entorno y las circunstancias, las condiciones externas de la vida de una persona siempre se encontrarán armoniosamente relacionadas con su estado interior. Esto no significa que las circunstancias de un hombre en un momento dado sean una indicación de todo su carácter, sino que esas circunstancias están tan íntimamente conectadas con algún elemento vital del pensamiento dentro de él que, por el momento, son indispensables para su desarrollo.

Todo hombre está donde está por la ley de su ser; los pensamientos que ha incorporado a su carácter le han llevado hasta allí, y en la disposición de su vida no hay ningún elemento de azar, sino que todo es el resultado de una ley que no puede errar. Esto es tan cierto para los que se sienten "en desarmonía" con su entorno como para los que están contentos con él.

Como ser progresivo y evolutivo, el hombre está donde está para aprender a crecer; y a medida que aprende la lección espiritual que cualquier circunstancia contiene para él, ésta pasa y da lugar a otras circunstancias.

El hombre es zarandeado por las circunstancias mientras crea que es una criatura de las condiciones externas, pero cuando se da cuenta de que es un poder creativo, y que puede dominar la tierra oculta y las semillas de su ser de las que crecen las circunstancias, entonces se convierte en el legítimo dueño de sí mismo.

Que las circunstancias crecen a partir del pensamiento lo sabe todo hombre que haya practicado durante algún tiempo el autocontrol y la autodepuración, pues habrá notado que la alteración de sus circunstancias ha estado en proporción exacta con su condición mental alterada. Tan cierto es esto que cuando un hombre se aplica seriamente a remediar los defectos de su carácter, y hace rápidos y marcados progresos, pasa rápidamente por una sucesión de vicisitudes.

El alma atrae lo que secretamente alberga; lo que ama, y también lo que teme; alcanza la altura de sus aspiraciones acariciadas; cae al nivel de sus deseos no castigados,- y las circunstancias son el medio por el cual el alma recibe lo suyo.

Cada pensamiento sembrado o que se deja caer en la mente, y que echa raíces allí, produce lo suyo, floreciendo tarde o temprano en acto, y dando su propio fruto de oportunidad y circunstancia. Los buenos pensamientos dan buenos frutos, los malos frutos.

El mundo exterior de las circunstancias se amolda al mundo interior del pensamiento, y tanto las condiciones externas agradables como las desagradables son factores que contribuyen al bien final del individuo. Como segador de su propia cosecha, el hombre aprende tanto del sufrimiento como de la dicha.

Siguiendo los deseos, las aspiraciones y los pensamientos más íntimos por los que se deja dominar (persiguiendo la voluntad de las imaginaciones impuras o caminando firmemente por la carretera del esfuerzo fuerte y elevado), el hombre llega finalmente a su fruición y realización en las condiciones externas de su vida. Las leyes de crecimiento y ajuste se cumplen en todas partes.

Un hombre no llega al asilo o a la cárcel por la tiranía del destino o de las circunstancias, sino por el camino de los pensamientos rastreros y de los bajos deseos. Tampoco un hombre de mente pura cae repentinamente en el crimen por la tensión de una mera fuerza externa; el pensamiento criminal había sido fomentado secretamente durante mucho tiempo en el corazón, y la hora de la oportunidad reveló su poder reunido. La circunstancia no hace al hombre; lo revela a sí mismo. No pueden existir condiciones tales como el descenso al vicio y sus sufrimientos concomitantes sin inclinaciones viciosas, o el ascenso a la virtud y su pura felicidad sin el cultivo continuo de aspiraciones virtuosas; y el hombre, por lo tanto, como señor y maestro del pensamiento, es el hacedor de sí mismo, el formador y autor del ambiente. Incluso al nacer, el alma llega a la suya, y a través de cada paso de su peregrinaje terrenal atrae aquellas combinaciones de condiciones que se revelan, que

son los reflejos de su propia pureza e impureza, su fuerza y debilidad.

Los hombres no atraen lo que quieren, sino lo que son. Sus caprichos, fantasías y ambiciones se ven frustrados a cada paso, pero sus pensamientos y deseos más íntimos se alimentan de su propio alimento, ya sea sucio o limpio. La "divinidad que da forma a nuestros fines" está en nosotros mismos; es nuestro propio ser. El hombre sólo está maniatado por sí mismo: el pensamiento y la acción son los carceleros del Destino: aprisionan, siendo viles; también son los ángeles de la Libertad: liberan, siendo nobles. El hombre no obtiene lo que desea y reza, sino lo que gana justamente. Sus deseos y oraciones sólo se ven gratificados y respondidos cuando armonizan con sus pensamientos y acciones.

A la luz de esta verdad, ¿qué significa entonces "luchar contra las circunstancias"? Significa que un hombre se revuelve continuamente contra un efecto exterior, mientras todo el tiempo está alimentando y preservando su causa en su corazón. Esa causa puede tomar la forma de un vicio consciente o de una debilidad inconsciente; pero sea lo que sea, retrasa obstinadamente los esfuerzos de su poseedor, y por ello pide a gritos que se le ponga remedio.

Los hombres están ansiosos por mejorar sus circunstancias, pero no están dispuestos a mejorarse a sí mismos; por lo tanto, permanecen atados. El hombre que no rehúsa la auto-crucifixión nunca puede dejar de lograr el objeto en el que su corazón está puesto. Esto es tan cierto para las cosas terrenales como para las celestiales. Incluso el hombre cuyo único objetivo es adquirir riquezas debe estar preparado para hacer grandes sacrificios personales antes de poder cumplir su objetivo; y ¿cuánto más el que quiere realizar una vida fuerte y bien dispuesta?

He aquí un hombre que es miserablemente pobre. Está extremadamente ansioso por mejorar su entorno y las comodidades de su hogar, pero todo el tiempo elude su trabajo, y considera que está justificado tratar de engañar a su empleador con el argumento de la insuficiencia de su salario. Un hombre así no entiende los rudimentos más simples de los principios que son la base de la verdadera prosperidad, y no sólo es totalmente incapaz de salir de su miseria, sino que en realidad está atrayendo a sí mismo una miseria aún más profunda por mor de sus pensamientos indolentes, engañosos y poco viriles.

He aquí un hombre rico que es víctima de una dolorosa y persistente enfermedad como resultado de la gula. Está dispuesto a dar grandes sumas de dinero para librarse de ella, pero no sacrificará sus deseos glotones. Quiere gratificar su gusto por las viandas ricas y antinaturales y tener también su salud. Tal hombre es totalmente incapaz de tener salud, porque todavía no ha aprendido los primeros principios de una vida sana.

He aquí un empleador de mano de obra que adopta medidas torcidas para evitar el pago del salario reglamentario y, con la esperanza de obtener mayores beneficios, reduce los salarios de sus trabajadores. Un hombre así no es apto para la prosperidad, y cuando se encuentra en bancarrota, tanto en lo que respecta a la reputación como a la riqueza, culpa a las circunstancias, sin saber que él es el único autor de su condición.

He introducido estos tres casos simplemente como ilustración de la verdad de que el hombre es el causante (aunque casi siempre inconscientemente) de sus circunstancias, y que, mientras se propone un buen fin, está continuamente frustrando su realización al fomentar pensamientos y deseos que no pueden armonizar con ese

fin. Tales casos podrían multiplicarse y variarse casi indefinidamente, pero esto no es necesario, ya que el lector puede, si se lo propone, rastrear la acción de las leyes del pensamiento en su propia mente y en su vida, y hasta que esto no se haga, los meros hechos externos no pueden servir como base de razonamiento.

Las circunstancias, sin embargo, son tan complicadas, el pensamiento está tan profundamente arraigado y las condiciones de felicidad varían tan enormemente con los individuos, que la condición anímica completa de un hombre (aunque pueda ser conocida por él mismo) no puede ser juzgada por otro a partir del aspecto externo de su vida solamente. Un hombre puede ser honesto en ciertas direcciones, y sin embargo sufrir privaciones; un hombre puede ser deshonesto en ciertas direcciones, y sin embargo adquirir riqueza; pero la conclusión que generalmente se forma de que un hombre fracasa debido a su honestidad particular, y que el otro prospera debido a su deshonestidad particular, es el resultado de un juicio superficial, que asume que el hombre deshonesto es casi totalmente corrupto, y el hombre honesto casi totalmente virtuoso. A la luz de un conocimiento más profundo y de una experiencia más amplia, se descubre que tal juicio es erróneo. El hombre deshonesto puede tener algunas virtudes admirables que el otro no posee; y el hombre honesto vicios odiosos que están ausentes en el otro. El hombre honesto cosecha los buenos resultados de sus pensamientos y actos honestos; también trae sobre sí los sufrimientos, que sus vicios producen. El hombre deshonesto también cosecha sus propios sufrimientos y felicidad.

Es agradable a la vanidad humana creer que se sufre a causa de la propia virtud; pero hasta que el hombre no haya extirpado de su mente todo pensamiento enfermizo, amargo e impuro, y haya lavado de su alma toda mancha pecaminosa, no podrá estar en condiciones de saber y declarar que sus sufrimientos son el

resultado de su bien y no de sus malas cualidades; y en el camino hacia esa perfección suprema, aunque mucho antes de haberla alcanzado, habrá encontrado, obrando en su mente y en su vida, la Gran Ley que es absolutamente justa, y que no puede, por tanto, dar bien por mal, ni mal por bien. Poseyendo tal conocimiento, sabrá entonces, mirando hacia atrás a su ignorancia y ceguera pasadas, que su vida está, y siempre estuvo, justamente ordenada, y que todas sus experiencias pasadas, buenas y malas, fueron el resultado equitativo de su ser en evolución, aún no evolucionado.

Los buenos pensamientos y acciones nunca pueden producir resultados malos; los malos pensamientos y acciones nunca pueden producir resultados buenos. Esto no es más que decir que nada puede salir del maíz sino el maíz, nada de las ortigas sino las ortigas. Los hombres comprenden esta ley en el mundo natural, y trabajan con ella; pero pocos la comprenden en el mundo mental y moral (aunque su operación allí es igual de simple y sin desviaciones), y, por lo tanto, no cooperan con ella.

El sufrimiento es siempre el efecto de un pensamiento equivocado en alguna dirección. Es una indicación de que el individuo no está en armonía consigo mismo, con la Ley de su ser. La única y suprema utilidad del sufrimiento es purificar, quemar todo lo que es inútil e impuro. El sufrimiento cesa para quien es puro. No tendría objeto quemar el oro después de haber eliminado la escoria, y un ser perfectamente puro e iluminado no podría sufrir.

Las circunstancias que un hombre encuentra con sufrimiento son el resultado de su propia inarmonía mental. Las circunstancias que un hombre encuentra con la bendición, son el resultado de su propia armonía mental. La bendición, no las posesiones materiales, es la medida del pensamiento correcto; la desdicha, no la falta de posesiones materiales, es la medida del pensamiento equivocado.

Un hombre puede ser maldito y rico; puede ser bendito y pobre. La bienaventuranza y la riqueza sólo van unidas cuando las riquezas se usan correcta y sabiamente; y el pobre sólo desciende a la miseria cuando considera su suerte como una carga injustamente impuesta.

La indigencia y la indulgencia son los dos extremos de la miseria. Ambos son igualmente antinaturales y el resultado de un desorden mental. Un hombre no está bien condicionado hasta que es un ser feliz, sano y próspero; y la felicidad, la salud y la prosperidad son el resultado de un ajuste armonioso de lo interno con lo externo, del hombre con su entorno.

Un hombre sólo empieza a ser hombre cuando deja de quejarse y de vituperar, y comienza a buscar la justicia oculta que regula su vida. Y a medida que adapta su mente a ese factor regulador, deja de acusar a los demás como la causa de su condición, y se construye a sí mismo en pensamientos fuertes y nobles; deja de patalear contra las circunstancias, sino que comienza a utilizarlas como ayudas para su progreso más rápido, y como un medio para descubrir los poderes y posibilidades ocultos dentro de sí mismo.

La ley, y no la confusión, es el principio dominante en el universo; la justicia, y no la injusticia, es el alma y la sustancia de la vida; y la rectitud, y no la corrupción, es la fuerza que moldea y mueve el gobierno espiritual del mundo. Siendo esto así, el hombre no tiene más que enderezarse a sí mismo para descubrir que el universo es correcto; y durante el proceso de enderezarse a sí mismo, encontrará que a medida que altere sus pensamientos hacia las cosas y otras personas, las cosas y otras personas se alterarán hacia él.

La prueba de esta verdad está en cada persona, y por lo tanto admite una fácil investigación por medio de una introspección y un

autoanálisis sistemáticos. Que un hombre altere radicalmente sus pensamientos, y se asombrará de la rápida transformación que se producirá en las condiciones materiales de su vida. Los hombres imaginan que el pensamiento puede mantenerse en secreto, pero no puede; rápidamente se cristaliza en el hábito, y el hábito se solidifica en las circunstancias. Los pensamientos bestiales se cristalizan en hábitos de embriaguez y sensualidad, que se solidifican en circunstancias de indigencia y enfermedad; los pensamientos impuros de todo tipo se cristalizan en hábitos enervantes y confusos, que se solidifican en circunstancias distractoras y adversas; los pensamientos de miedo, duda e indecisión se cristalizan en hábitos débiles, poco varoniles e irresolutos, que se solidifican en circunstancias de fracaso, indigencia y dependencia servil: los pensamientos perezosos cristalizan en hábitos de suciedad y deshonestidad, que se solidifican en circunstancias de suciedad y mendicidad: los pensamientos odiosos y condenatorios cristalizan en hábitos de acusación y violencia, que se solidifican en circunstancias de injuria y persecución: los pensamientos egoístas de todo tipo cristalizan en hábitos de búsqueda de sí mismos, que se solidifican en circunstancias más o menos penosas. Por otro lado, los pensamientos bellos de todo tipo cristalizan en hábitos de gracia y bondad, que se solidifican en circunstancias geniales y soleadas: los pensamientos puros cristalizan en hábitos de templanza y autocontrol, que se solidifican en circunstancias de reposo y paz: los pensamientos de valor, autoconfianza y decisión cristalizan en hábitos varoniles, que se solidifican en circunstancias de éxito, abundancia y libertad: los pensamientos enérgicos cristalizan en hábitos de limpieza e industria, que se solidifican en circunstancias de placer: los pensamientos amables y de perdón cristalizan en hábitos de gentileza, que se solidifican en circunstancias de protección y conservación: los pensamientos amorosos y desinteresados cristalizan en hábitos de olvido de sí mismo por los demás, que se solidifican en circunstancias de prosperidad segura y duradera y de verdadera riqueza.

Una determinada línea de pensamiento en la que se persiste, sea buena o mala, no puede dejar de producir sus resultados sobre el carácter y las circunstancias. Un hombre no puede elegir directamente sus circunstancias, pero puede elegir sus pensamientos, y así indirectamente, pero con seguridad, dar forma a sus circunstancias.

La naturaleza ayuda a cada hombre a la gratificación de los pensamientos que más fomenta, y se presentan oportunidades que harán aflorar más rápidamente tanto los pensamientos buenos como los malos.

Que un hombre deje de tener pensamientos pecaminosos, y todo el mundo se ablandará hacia él, y estará dispuesto a ayudarle; que deje de lado sus pensamientos débiles y enfermizos, y ¡he aquí! surgirán oportunidades por doquier para ayudar a sus fuertes resoluciones; que fomente los buenos pensamientos, y ningún duro destino le atará a la desdicha y la vergüenza. El mundo es tu caleidoscopio, y las diversas combinaciones de colores que en cada momento sucesivo te presenta son las imágenes exquisitamente ajustadas de tus pensamientos en constante movimiento.

"Serás lo que quieras ser;

Deja que el fracaso encuentre su falso contenido

En esa pobre palabra, 'ambiente'.

Pero el espíritu lo desprecia, y es libre.

"Domina el tiempo, conquista el espacio;

Derrota a ese jactancioso embaucador, el Azar,

Y pide al tirano Circunstancia

que se quite la corona y ocupe el lugar de un siervo.

"La voluntad humana, esa fuerza invisible,
La descendencia de un alma inmortal,
puede labrar un camino hacia cualquier meta,
aunque se interpongan muros de granito.

"No te impacientes por la demora,
Pero espera como alguien que entiende;
Cuando el espíritu se levanta y ordena,
los dioses están listos para obedecer".

Efecto del pensamiento sobre la salud y el cuerpo

El cuerpo es el servidor de la mente. Obedece a las operaciones de la mente, ya sean deliberadamente elegidas o automáticamente expresadas. A la orden de los pensamientos ilícitos, el cuerpo se hunde rápidamente en la enfermedad y la decadencia; a la orden de los pensamientos alegres y bellos, se reviste de juventud y belleza.

La enfermedad y la salud, al igual que las circunstancias, tienen su origen en el pensamiento. Los pensamientos enfermizos se expresarán a través de un cuerpo enfermo. Se sabe que los pensamientos de miedo matan a un hombre tan rápidamente como una bala, y están matando continuamente a miles de personas con la misma seguridad aunque con menos rapidez. Las personas que viven con miedo a la enfermedad son las que la contraen. La ansiedad desmoraliza rápidamente todo el cuerpo, y lo deja abierto a la entrada de la enfermedad; mientras que los pensamientos impuros, aunque no se consientan físicamente, pronto destrozarán el sistema nervioso.

Los pensamientos fuertes, puros y felices construyen el cuerpo con vigor y gracia. El cuerpo es un instrumento delicado y plástico, que responde fácilmente a los pensamientos por los que es impresionado, y los hábitos de pensamiento producirán sus propios efectos, buenos o malos, sobre él.

Los hombres continuarán teniendo sangre impura y envenenada mientras propaguen pensamientos impuros. De un corazón limpio sale una vida y un cuerpo limpios. De una mente impura procede una vida impura y un cuerpo corrompido. El pensamiento es la

fuente de la acción, la vida y la manifestación; haz que la fuente sea pura, y todo será puro.

El cambio de dieta no ayudará al hombre que no cambie sus pensamientos. Cuando un hombre hace que sus pensamientos sean puros, ya no desea alimentos impuros.

Los pensamientos limpios hacen hábitos limpios. El llamado santo que no se lava el cuerpo no es un santo. El que ha fortalecido y purificado sus pensamientos no necesita considerar el microbio malévolo.

Si quieres perfeccionar tu cuerpo, vigila tu mente. Si quieres renovar tu cuerpo, embellece tu mente. Los pensamientos de malicia, envidia, decepción, abatimiento, le roban al cuerpo su salud y su gracia. Un rostro agrio no viene por casualidad; lo hacen los pensamientos agrios. Las arrugas que estropean son dibujadas por la locura, la pasión, el orgullo.

Conozco a una mujer de noventa y seis años que tiene el rostro brillante e inocente de una niña. Conozco a un hombre que no ha llegado a la edad madura y cuyo rostro se ha dibujado con contornos inarmónicos. El uno es el resultado de una disposición dulce y soleada; el otro es el resultado de la pasión y el descontento.

Como no se puede tener una morada dulce y sana si no se admite el aire y el sol libremente en las habitaciones, así un cuerpo fuerte y un semblante brillante, feliz o sereno sólo pueden ser el resultado de la libre admisión en la mente de pensamientos de alegría y buena voluntad y serenidad.

En los rostros de los ancianos hay arrugas hechas por la simpatía; otras por el pensamiento fuerte y puro, y otras están talladas por la pasión: ¿quién no puede distinguirlas? Para los que han vivido rectamente, la edad es tranquila, apacible y suavemente melosa, como el sol poniente. Hace poco vi a un filósofo en su lecho de muerte. No era viejo más que en años. Murió tan dulce y pacíficamente como había vivido.

No hay médico como el pensamiento alegre para disipar los males del cuerpo; no hay consuelo que se pueda comparar con la buena voluntad para dispersar las sombras de la pena y el dolor. Vivir continuamente con pensamientos de mala voluntad, cinismo, sospecha y envidia, es estar confinado en una cárcel hecha por uno mismo. Pero pensar bien de todos, ser alegre con todos, aprender pacientemente a encontrar el bien en todos, tales pensamientos desinteresados son los mismos portales del cielo; y morar día a día en pensamientos de paz hacia toda criatura traerá abundante paz a su poseedor.

Pensamiento y propósito

Hasta que el pensamiento no esté vinculado con el propósito, no habrá una realización inteligente. En la mayoría de los casos, la barca del pensamiento se deja a la deriva en el océano de la vida. La falta de objetivo es un vicio, y tal deriva no debe continuar para aquel que quiere alejarse de la catástrofe y la destrucción.

Aquellos que no tienen un propósito central en su vida son presa fácil de pequeñas preocupaciones, miedos, problemas y autocompasión, todos los cuales son indicaciones de debilidad, que conducen, con la misma seguridad que los pecados deliberadamente planeados (aunque por una ruta diferente), al fracaso, la infelicidad y la pérdida, porque la debilidad no puede persistir en un universo que evoluciona con poder.

Un hombre debe concebir un propósito legítimo en su corazón y proponerse cumplirlo. Debe hacer de este propósito el punto central de sus pensamientos. Puede tomar la forma de un ideal espiritual, o puede ser un objeto mundano, de acuerdo con su naturaleza en ese momento; pero cualquiera que sea, debe enfocar firmemente sus fuerzas mentales en el objeto que ha puesto ante él. Debe hacer de este propósito su deber supremo, y debe dedicarse a su consecución, sin permitir que sus pensamientos se pierdan en fantasías efímeras, anhelos e imaginaciones. Este es el camino real hacia el autocontrol y la verdadera concentración del pensamiento. Incluso si fracasa una y otra vez en el logro de su propósito (como necesariamente debe ocurrir hasta que se supere la debilidad), la fuerza de carácter adquirida será la medida de su verdadero éxito, y esto formará un nuevo punto de partida para el poder y el triunfo futuros.

Aquellos que no están preparados para la aprehensión de un gran propósito, deben fijar los pensamientos en el cumplimiento intachable de su deber, sin importar lo insignificante que pueda parecer su tarea. Sólo así pueden reunirse y concentrarse los pensamientos, y desarrollarse la resolución y la energía, que al hacerse, no hay nada que no pueda cumplirse.

El alma más débil, conociendo su propia debilidad, y creyendo en esta verdad: que la fuerza sólo puede desarrollarse mediante el esfuerzo y la práctica, comenzará de inmediato a esforzarse, y, añadiendo esfuerzo a esfuerzo, paciencia a paciencia y fuerza a fuerza, nunca dejará de desarrollarse, y al final se hará divinamente fuerte.

Así como el hombre físicamente débil puede fortalecerse mediante un entrenamiento cuidadoso y paciente, el hombre de pensamientos débiles puede fortalecerlos ejercitándose en el pensamiento correcto.

Abandonar la falta de objetivo y la debilidad, y comenzar a pensar con propósito, es entrar en las filas de aquellos fuertes que sólo reconocen el fracaso como uno de los caminos hacia el logro; que hacen que todas las condiciones les sirvan, y que piensan con fuerza, intentan sin miedo, y logran con maestría.

Una vez concebido su propósito, el hombre debe marcar mentalmente un camino recto hacia su logro, sin mirar ni a la derecha ni a la izquierda. Las dudas y los temores deben ser rigurosamente excluidos; son elementos desintegradores que rompen la línea recta del esfuerzo, haciéndola torcida, ineficaz, inútil. Los pensamientos de duda y miedo nunca logran nada, ni pueden hacerlo. Siempre conducen al fracaso. El propósito, la

energía, el poder de hacer, y todos los pensamientos fuertes cesan cuando la duda y el miedo se cuelan.

La voluntad de hacer surge del conocimiento de que podemos hacer. La duda y el miedo son los grandes enemigos del conocimiento, y quien los fomenta, quien no los mata, se frustra a cada paso.

Quien ha vencido la duda y el miedo ha vencido el fracaso. Cada uno de sus pensamientos está aliado con el poder, y todas las dificultades son enfrentadas valientemente y superadas sabiamente. Sus propósitos son plantados a tiempo, y florecen y dan frutos que no caen prematuramente al suelo.

El pensamiento aliado intrépidamente con el propósito se convierte en fuerza creativa: el que sabe esto está listo para convertirse en algo más alto y más fuerte que un mero manojo de pensamientos vacilantes y sensaciones fluctuantes; el que hace esto se ha convertido en el dueño consciente e inteligente de sus poderes mentales.

El factor pensamiento en los logros

Todo lo que un hombre logra y todo lo que deja de lograr es el resultado directo de sus propios pensamientos. En un universo justamente ordenado, donde la pérdida del equilibrio significaría la destrucción total, la responsabilidad individual debe ser absoluta. La debilidad y la fuerza, la pureza y la impureza de un hombre son suyas, y no de otro; son provocadas por él mismo, y no por otro; y sólo pueden ser alteradas por él mismo, nunca por otro. Su condición también es suya, y no de otro hombre. Su sufrimiento y su felicidad evolucionan desde dentro. Como piensa, así es; como sigue pensando, así permanece.

Un hombre fuerte no puede ayudar a un débil a menos que éste esté dispuesto a ser ayudado, e incluso entonces el hombre débil debe hacerse fuerte por sí mismo; debe, por su propio esfuerzo, desarrollar la fuerza que admira en otro. Nadie más que él mismo puede cambiar su condición.

Ha sido habitual que los hombres piensen y digan: "Muchos hombres son esclavos porque uno es un opresor; odiemos al opresor". Ahora, sin embargo, hay entre unos pocos, cada vez más, una tendencia a invertir este juicio, y a decir: "Un hombre es un opresor porque muchos son esclavos; despreciemos a los esclavos." La verdad es que el opresor y el esclavo son cooperadores en la ignorancia, y, aunque parecen afligirse mutuamente, en realidad se afligen a sí mismos. Un Conocimiento perfecto percibe la acción de la ley en la debilidad del oprimido y en el poder mal aplicado del opresor; un Amor perfecto, viendo el sufrimiento que ambos estados conllevan, no condena a ninguno de los dos; una Compasión perfecta abraza tanto al opresor como al oprimido.

Quien ha vencido la debilidad y ha dejado de lado todo pensamiento egoísta, no pertenece ni al opresor ni al oprimido. Es libre.

Un hombre sólo puede levantarse, conquistar y lograr elevar sus pensamientos. Sólo puede permanecer débil, abyecto y miserable si se niega a elevar sus pensamientos.

Antes de que un hombre pueda lograr algo, incluso en las cosas mundanas, debe elevar sus pensamientos por encima de la indulgencia animal esclavizante. No puede, para tener éxito, renunciar a toda la animalidad y el egoísmo, de ninguna manera; pero una parte de ella debe, al menos, ser sacrificada. Un hombre cuyo primer pensamiento es la indulgencia bestial no podría pensar con claridad ni planificar metódicamente; no podría encontrar y desarrollar sus recursos latentes, y fracasaría en cualquier empresa. Al no haber comenzado a controlar varonilmente sus pensamientos, no está en condiciones de controlar los asuntos y adoptar responsabilidades serias. No está capacitado para actuar de forma independiente y mantenerse solo. Pero sólo está limitado por los pensamientos que elige.

No puede haber progreso, ni logros sin sacrificio, y el éxito mundano de un hombre estará en la medida en que sacrifique sus confusos pensamientos animales, y fije su mente en el desarrollo de sus planes, y en el fortalecimiento de su resolución y autoconfianza. Y cuanto más eleve sus pensamientos, cuanto más varonil, recto y justo se vuelva, mayor será su éxito, más benditos y duraderos serán sus logros.

El universo no favorece a los codiciosos, a los deshonestos, a los viciosos, aunque en la mera superficie a veces lo parezca; ayuda a los honestos, a los magnánimos, a los virtuosos. Todos los grandes Maestros de las épocas han declarado esto en diversas formas, y

para probarlo y conocerlo un hombre no tiene más que persistir en hacerse más y más virtuoso elevando sus pensamientos.

Los logros intelectuales son el resultado del pensamiento consagrado a la búsqueda del conocimiento, o de lo bello y verdadero en la vida y la naturaleza. Tales logros pueden estar a veces relacionados con la vanidad y la ambición, pero no son el resultado de esas características; son el resultado natural de un largo y arduo esfuerzo, y de pensamientos puros y desinteresados.

Las realizaciones espirituales son la consumación de santas aspiraciones. Aquel que vive constantemente en la concepción de pensamientos nobles y elevados, que se concentra en todo lo que es puro y desinteresado, se convertirá, con la misma seguridad que el sol alcanza su cenit y la luna su plenitud, en sabio y noble de carácter, y se elevará a una posición de influencia y bendición.

El logro, de cualquier tipo, es la corona del esfuerzo, la diadema del pensamiento. Con la ayuda del autocontrol, la resolución, la pureza, la rectitud y el pensamiento bien dirigido, el hombre asciende; con la ayuda de la animalidad, la indolencia, la impureza, la corrupción y la confusión del pensamiento, el hombre desciende.

Un hombre puede ascender a un alto éxito en el mundo, e incluso a elevadas altitudes en el reino espiritual, y de nuevo descender a la debilidad y la miseria permitiendo que los pensamientos arrogantes, egoístas y corruptos se apoderen de él.

Las victorias alcanzadas por el pensamiento correcto sólo pueden ser mantenidas por la vigilancia. Muchos ceden cuando el éxito está asegurado, y rápidamente vuelven a caer en el fracaso.

Todos los logros, ya sea en el mundo de los negocios, intelectual o espiritual, son el resultado de un pensamiento definitivamente dirigido, se rigen por la misma ley y tienen el mismo método; la única diferencia radica en el objeto del logro.

El que quiera lograr poco, debe sacrificar poco; el que quiera lograr mucho, debe sacrificar mucho; el que quiera lograr mucho, debe sacrificar mucho.

Visiones e ideales

Los soñadores son los salvadores del mundo. Así como el mundo visible es sostenido por lo invisible, así los hombres, a través de todas sus pruebas y pecados y sórdidas vocaciones, son alimentados por las hermosas visiones de sus soñadores solitarios. La humanidad no puede olvidar a sus soñadores; no puede dejar que sus ideales se desvanezcan y mueran; vive en ellos; los conoce como las realidades que un día verá y conocerá.

El compositor, el escultor, el pintor, el poeta, el profeta, el sabio, son los artífices del otro mundo, los arquitectos del cielo. El mundo es bello porque ellos han vivido; sin ellos, la humanidad trabajadora perecería.

Quien abriga una visión hermosa, un ideal elevado en su corazón, un día lo realizará. Colón abrigó la visión de otro mundo, y lo descubrió; Copérnico fomentó la visión de una multiplicidad de mundos y un universo más amplio, y lo reveló; Buda contempló la visión de un mundo espiritual de belleza inmaculada y paz perfecta, y entró en él.

Aprecia tus visiones; aprecia tus ideales; aprecia la música que se agita en tu corazón, la belleza que se forma en tu mente, el encanto que envuelve tus pensamientos más puros, porque de ellos crecerán todas las condiciones deliciosas, todo el ambiente celestial; de ellos, si te mantienes fiel a ellos, se construirá finalmente tu mundo.

Desear es obtener; aspirar es lograr. ¿Deben los deseos más bajos del hombre recibir la más completa gratificación, y sus aspiraciones más puras morir de hambre por falta de sustento? Tal no es la Ley:

tal condición de las cosas no puede obtener nunca: "Pedid y recibid".

Sueña con sueños elevados, y como sueñas, así te convertirás. Tu Visión es la promesa de lo que un día serás; tu Ideal es la profecía de lo que al final desvelarás.

El mayor logro fue al principio y durante un tiempo un sueño. El roble duerme en la bellota; el pájaro espera en el huevo; y en la visión más elevada del alma se agita un ángel despierto. Los sueños son las semillas de las realidades.

Tus circunstancias pueden ser incómodas, pero no lo serán por mucho tiempo si percibes un ideal y te esfuerzas por alcanzarlo. No puedes viajar dentro y quedarte quieto fuera. He aquí un joven presionado por la pobreza y el trabajo; confinado largas horas en un taller insalubre; sin estudios, y carente de todas las artes del refinamiento. Pero sueña con cosas mejores; piensa en inteligencia, en refinamiento, en gracia y belleza. Concibe, construye mentalmente, una condición de vida ideal; la visión de una libertad más amplia y de un mayor alcance se apodera de él; la inquietud le impulsa a la acción, y utiliza todo su tiempo libre y sus medios, por pequeños que sean, para el desarrollo de sus poderes y recursos latentes. Muy pronto su mente está tan alterada que el taller ya no puede retenerlo. Ha llegado a estar tan fuera de armonía con su mentalidad que se desprende de su vida como se desecha una prenda de vestir, y, con el crecimiento de las oportunidades que se ajustan al alcance de sus poderes en expansión, se aleja de él para siempre. Años más tarde vemos a este joven como un hombre adulto. Lo encontramos dueño de ciertas fuerzas de la mente que maneja con una influencia mundial y un poder casi inigualable. En sus manos tiene las cuerdas de gigantescas responsabilidades; habla, y he aquí que las vidas cambian; hombres y mujeres se

aferran a sus palabras y remodelan sus caracteres, y, como el sol, se convierte en el centro fijo y luminoso alrededor del cual giran innumerables destinos. Ha realizado la visión de su juventud. Se ha convertido en uno con su Ideal.

Y tú también, joven lector, realizarás la Visión (no el ocioso deseo) de tu corazón, ya sea baja o bella, o una mezcla de ambas, pues siempre gravitarás hacia aquello que, secretamente, más amas. En tus manos se pondrán los resultados exactos de tus propios pensamientos; recibirás lo que te ganes; ni más ni menos. Sea cual sea tu entorno actual, caerás, permanecerás o te elevarás con tus pensamientos, tu Visión, tu Ideal. Llegarás a ser tan pequeño como tu deseo dominante; tan grande como tu aspiración dominante: en las hermosas palabras de Stanton Kirkham Davis, "Puedes estar llevando las cuentas, y en un momento dado saldrás por la puerta que durante tanto tiempo te ha parecido la barrera de tus ideales, y te encontrarás ante un público -la pluma todavía detrás de tu oreja, las manchas de tinta en tus dedos- y entonces y allí derramarás el torrente de tu inspiración. Puede que estés conduciendo ovejas, y que deambules por la ciudad -bucólica y con la boca abierta-; vagarás bajo la intrépida guía del espíritu hasta el estudio del maestro, y al cabo de un tiempo éste te dirá: "No tengo nada más que enseñarte". Y ahora te has convertido en el maestro, que hace poco soñaba con grandes cosas mientras conducía ovejas. Dejarás la sierra y el avión para tomar sobre ti la regeneración del mundo".

Los irreflexivos, los ignorantes y los indolentes, viendo sólo los efectos aparentes de las cosas y no las cosas mismas, hablan de suerte, de fortuna y de azar. Al ver que un hombre se hace rico, dicen: "¡Qué suerte tiene!". Observando a otro convertirse en intelectual, exclaman: "¡Qué favorecido es!". Y observando el carácter santo y la amplia influencia de otro, comentan: "¡Cómo le ayuda el azar en todo momento!". No ven las pruebas, los fracasos y las luchas que estos hombres han afrontado voluntariamente para

adquirir su experiencia; no tienen conocimiento de los sacrificios que han hecho, de los esfuerzos impertérritos que han realizado, de la fe que han ejercido, para poder superar lo aparentemente insuperable, y realizar la Visión de su corazón. No conocen la oscuridad y los sinsabores; sólo ven la luz y la alegría, y lo llaman "suerte"; no ven el largo y arduo viaje, sino que sólo contemplan la agradable meta, y lo llaman "buena fortuna"; no comprenden el proceso, sino que sólo perciben el resultado, y lo llaman "azar".

En todos los asuntos humanos hay esfuerzos, y hay resultados, y la fuerza del esfuerzo es la medida del resultado. La casualidad no lo es. Los "dones", los poderes, las posesiones materiales, intelectuales y espirituales son los frutos del esfuerzo; son pensamientos completados, objetos logrados, visiones realizadas.

La Visión que glorificas en tu mente, el Ideal que entronizas en tu corazón -esto es lo que construirás en tu vida, esto es en lo que te convertirás.

Serenidad

La calma mental es una de las bellas joyas de la sabiduría. Es el resultado de un largo y paciente esfuerzo de autocontrol. Su presencia es una indicación de experiencia madura, y de un conocimiento más que ordinario de las leyes y operaciones del pensamiento.

Un hombre se tranquiliza en la medida en que se comprende a sí mismo como un ser evolucionado por el pensamiento, pues tal conocimiento requiere la comprensión de los demás como resultado del pensamiento, y a medida que desarrolla una comprensión correcta, y ve cada vez más claramente las relaciones internas de las cosas por la acción de la causa y el efecto, deja de alborotarse y encolerizarse y de preocuparse y afligirse, y se mantiene equilibrado, firme, sereno.

El hombre tranquilo, habiendo aprendido a gobernarse a sí mismo, sabe adaptarse a los demás; y éstos, a su vez, reverencian su fuerza espiritual, y sienten que pueden aprender de él y confiar en él. Cuanto más tranquilo se vuelve un hombre, mayor es su éxito, su influencia, su poder para el bien. Incluso el comerciante ordinario encontrará que su prosperidad en los negocios aumenta a medida que desarrolla un mayor autocontrol y ecuanimidad, porque la gente siempre preferirá tratar con un hombre cuyo comportamiento es fuertemente ecuánime.

El hombre fuerte y tranquilo siempre es amado y venerado. Es como un árbol que da sombra en una tierra sedienta, o una roca protectora en una tormenta. "¿Quién no ama un corazón tranquilo, una vida equilibrada y de buen humor? No importa si llueve o brilla, o qué cambios sobrevengan a quienes poseen estas bendiciones,

pues siempre son dulces, serenos y tranquilos. Ese exquisito aplomo de carácter que llamamos serenidad es la última lección de la cultura; es el florecimiento de la vida, el fruto del alma. Es preciosa como la sabiduría, más deseable que el oro, incluso que el oro fino. Qué insignificante parece la mera búsqueda de dinero en comparación con una vida serena, una vida que habita en el océano de la Verdad, bajo las olas, fuera del alcance de las tempestades, en la Calma Eterna.

"¡Cuántas personas conocemos que agrian su vida, que arruinan todo lo que es dulce y bello por medio de temperamentos explosivos, que destruyen su aplomo de carácter, y hacen mala sangre! Es una pregunta si la gran mayoría de las personas no arruinan sus vidas y estropean su felicidad por la falta de autocontrol. Qué pocas personas encontramos en la vida que estén bien equilibradas, que tengan ese exquisito aplomo que es característico del carácter acabado!"

Sí, la humanidad se agita con la pasión incontrolada, es tumultuosa con la pena no controlada, es arrastrada por la ansiedad y la duda. Sólo el hombre sabio, sólo aquel cuyos pensamientos están controlados y purificados, hace que los vientos y las tormentas del alma le obedezcan.

Almas tempestuosas, dondequiera que estéis, en cualquier condición que viváis, sabed esto: en el océano de la vida las islas de la Bienaventuranza sonríen, y la orilla soleada de vuestro ideal espera vuestra llegada. Mantened vuestra mano firme sobre el timón del pensamiento. En la barca de tu alma descansa el Maestro comandante; Él no hace más que dormir: despiértalo. El autocontrol es la fuerza; el pensamiento correcto es el dominio; la calma es el poder. Di a tu corazón: "¡Paz, estate quieto!"